

暑假实践活动感悟(大全5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

暑假实践活动感悟篇一

如果我们的三下乡活动永远不会结束，那么我真的还挺愿意在那里继续生活下去的。但这并不是因为我们在那过着酒足饭饱、舒坦的生活，而是我们每一个人都努力把艰难的生活过得多姿多彩。在这个条件相对不是那么好的小学支教，我们每天除了上课，似乎没有别的什么事可以干的了，然而我们这些富有才华的大学生志愿者，在课余时间让整个校园充满了欢声笑语。

参加这次活动的十四个人当中就有八个男生，这些男生不仅有才华，而且很勤快，个个都会下厨，做家务，更让我们惊喜的是他们都做得比女生好。虽然每餐我们都安排了两个人煮饭，但是每到煮饭的时候，厨房总是挤满了人，大家互相帮忙，帮不上忙的也会在一旁聊天，开玩笑，因此这个时候厨房是最热闹的。我们的伙食不是很好，十四个人，而每天的菜钱才是三十块左右，可是由于男生做菜技术非常好，我们每一顿都吃得饱饱的。我们吃饭的地点就是宿舍门口的空地，每次吃饭，大家都是装好饭菜，就在宿舍门口席地而坐，有点像农民工。但这丝毫不影响我们的胃口和心情，大家有说有笑的，甚至开玩笑，也许就是这种氛围让我们把不是美味佳肴的饭菜也吃得津津有味吧。

饭后，我们有时候聚在一起看电影，有时候跳跳舞，有时候聊天，有时候开会，有时候到学校外面去散步，当然大部分

时间还是用来排练活动最后一天的公演节目。我们的志愿者当中有两位是学校舞蹈协会成员，所以我们在娱乐的时候总是会叫他们教我们跳舞，因此我们每个志愿者都学会了跳慢四，而我自己还学多了一种走“之”字步。这不，我们在和湛江师范学院的志愿者联谊搞晚会的时候，我们广东石油化工学院的志愿者随手就有节目参加了。

三下乡其间的生活让我感觉比在我们大学的生活还要愉快，真的是无忧无虑，即使有忧虑也会有收获。

快乐的时光总是过得飞快，跟学生的感情刚到浓厚的时候，我们却要分离了。然而最不幸的是我们连跟学生道别的机会都没有，最后两天台风来袭，被逼停课，最后一天公演也只能取消。我们这些志愿者老师和学生辛辛苦苦排练的节目到最后都没有机会表演，唯一值得安慰的是他们把我们教的东西学会了。

其实最后两天是最值得我们每一个志愿者刻骨铭心的，倒数第二天十二级台风来袭，我们都以为只是下大雨，风不会很大，谁知道让我们措手不及。没有储备好粮食，而学校的安全措施不好，那些窗和门都被风吹得噼里啪啦地响，一阵风吹过，很多窗的玻璃都会被吹掉到地上摔碎。宿舍门由于没有门闩，我们要用桶装水顶住，可是风太大顶不住，最后每个人不得不轮流顶着门。而雨水又通过门缝吹进来，所以我们还得有人打伞为顶门的人挡雨，靠窗的床都被淋湿了。到了晚上，风虽然小了，但是还在下大雨，整个校园一片狼藉，许多大树被吹断了。没有电，我们在小卖部买回来的方便面也住能用柴烧开水泡，每人只有一包，饿了一天才吃一包面顶着。漫漫长夜没有电怎么办？手机没有电了，我们都担心无法联系到回去的车了。夜晚，女生不敢睡，幸好有人的手提电脑充好了电，我们大家可以聚在一起看电影，聊天。

第二天，依然下雨，我们饿着肚子联系回去的车。有一部分学生来了，其实他们是知道我们要走了，他们带了礼物给我

们，还写了感谢信，他们很希望我们能够多留几天，可是我们不得不走了。

这一次三下乡让我积累了做老师的经验，学会了与人相处，还获得了一份难忘的快乐的回忆。

暑假“三下乡”

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

暑假实践活动感悟篇二

今年的暑假，对于我来说注定会有不平凡的记忆，因为我荣幸地加入了我们学院的暑期“三下乡”社会实践团队——大学生关爱农民工子女服务团。我们的目的地就是城口县修齐镇，大巴山中的一个贫困地区。

我们深夜踏上北上的火车，带着重重的行李，向着我们期盼的方向出发。火车上，大家都兴奋得难以入眠，有的在准备支教教案，有的在设计文艺汇报演出的节目，有的聊起了天。在凌晨四五点，我们到达了万源，简单的吃了点面然后又驱车前往城口县。汽车在雨后的山路上蜿蜒爬行，途中还遇到

了个小插曲：连夜的大雨致使山体滑坡，我们被困在山路上达两个小时，进退不得。经过工作人员的抢修，最后终于通行，看着沿路大大小小的落石，我们心中不免有一丝的不安，但是这丝毫没有动摇我们社会实践的决心。经过漫长的旅程与再次转车，我们到达了目的地，大家带着极大的疲惫来到住处，还未有一点点休息，大家就开始投入到准备工作中，因为团队成员都知道这次机会来之不易，所以没有一个人怠慢。

大雨后的大巴山水汽缭绕，看不清山的形状，只能大致辨认它们的轮廓，河水因为大雨的缘故也变得激昂，在车上，看着这样的景致，我陶醉了，我知道我爱上了这里。这里就是我们将生活一周的地方，支教、走访陪伴留守儿童、建立新农村学校、送文艺下乡。在贫困的大山里，我们将用我们的激情去实现我们的承诺，为城口县修齐镇贡献自己的一份力量，为当地的留守儿童送去一丝关爱，为当地的农民送去科技，为当地的百姓送去丰富的文艺。我们是一个团结的队伍，用满腔的热情去完成我们的责任与义务，在我们齐心协力与认真踏实的基础上，我们一定会让此次社会实践变得与众不同！

暑假实践活动感悟篇三

“银河之星”团队，在7月16日，走访了双峰县农业辣酱产业部，得到了湖南省湘军永丰辣酱有限公司负责人严主任的热情接待，通过对相关人员的采访，我们了解到永丰酱园的原料采购、生产流程及模式、产品销售等情况，发现其十分重视产品质量，创造性地采用“公司+基地+农户”模式取得很大成功，但依然诸如也存在忽视人才培养、政府关注不够的问题。

同时我们在后面的日子里，也随当地工作人员，对永丰辣酱的种植基地进行了考察，了解到生产需要为农户提供种苗，按照该公司的要求生产辣椒。从辣椒苗的种植、开花、结果

到收购，公司会专门对每个过程进行检查监督，并对农药、化肥的使用也有严格要求。同时直接与农户签订收购合同，在保证质量的前提下，以不低于市场价的价格进行收购。这也许是一种与当地相结合的合作政策。

无论是对企业的访问，还是对当地民众的走访，我们都以高质量的要求去完成，当然辛苦是肯定的，但是大家都很开心，因为能够以一个团队的形式一起奋斗，感悟从中了很多，也收获了很多。从而越来越意识到才识的疏浅。为此，晚上，我们拿出笔和纸，一起熬夜写稿，一起讨论课题，细小繁琐的事我们认真的完成。很累，但很开心。大家在一起的感觉真好！躺在床上，我在想：是什么样的缘分，让我们能一起参加三下乡，认识这么多可爱的朋友，为了共同的目标，付出自己的真心。机缘难得，唯有。珍惜今天，珍惜生活，珍惜让我富有！来自不同地方的13个人，在一起工作，一起生活，良好的团队意识是一切活动成功的前提。我们是一个团体，一个集体，还有，细节决定成败！任何一份工作，一次活动，都需要去精心策划，未经深思熟虑，会忽略了很多细节，降低效率。细节永远是我们不能忽视的敌人。

当然，在我们这次活动取得丰收同时，我们也必须承认，我们的工作也仍存在着诸多不足，如对下乡的总体认识还不够深刻，由于缺乏经验，一些准备工作跟实际的工作有一定差距，一些工作细节也还考虑得不到位等。但我们依然相信，有收获，有经验，有挫折，有教训的活动才是一个真正意义的实践活动。作为当代大学生，这也是一份社会责任感。

暑假实践活动感悟篇四

社会和大学一样也是一个学习和受教育的地方，在那片广阔的天地里，我们为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。暑期实践已告一段落，应对不可知的未来，我会汲取暑期实践的经验，锻炼提高融入社会的潜力。尽管前面有鲜花，也有荆棘，但我必将义无反顾，勇往直前，将自我的潜力展

现出来，为社会贡献出一份属于自我的力量！

我在这次三下乡中明显提高了以下几点：

一、主动提问

我当学生干部的日子也不少，就是不好意思主动的去找一个提问，有点害羞。

但自我当了这队长之后，不论什么事情自我都得出面，他们有问题就问我，有难点就向我提，而我也是学生，也会有问题，在这儿老师不在的时候我就相当于是老大了，什么事都要解决，不会了怎么办呢，只有自我去问啊，就这样，我在同学们问我之前先向老师或者是当地的负责人了解过来，这样一来，活动开展得顺利，同学们也就都有了信心。

二、关心他人

以前都是有活动了大家在，开展结束了就自走自的了，从来没有说还要在一齐那么多天的，透过这一次，我明白了原先关心他人也是交朋友的一种方式。

三、不断的学习新知识

在此刻的社会知识时代，不能够快速的学习新事物就会落后，这次活动让我是亲历了一回，没有新的信息就不能够更好的开展活动。只有不断的学习才行，这一点是主点，能够在活动中得出这来，是我最大的收获了！！

对于我来说，活动是下次的成功的道路，没有活动就没有机会，在活动中能够会有许多的机会，而这机会也是自我日后成功道路的石子。三下乡为的是更好的让大学生了解当今社会，更好的适应以后的社会，为出社会做了一条道路。只有真正的投入其中去，才能够领略到当中的道理，不要为了三

下乡而三下乡。在活动中每一位同学都要注意自身安全，同时也要互助、互爱。在一个合谐的气氛中开展活动，对人对自己都有好处。不论是活动的前后，有一颗善良的心，一个良好的心态，一个开心的情绪，对突发的事件能够持续冷静，以平常心来对待！队员之间能够持续良好的联系，外出事先报队长得到批准。每一天记日记，记录好当天的生活点滴。这对自我的以后回忆会是一个很好的见证。同时也是好文章的来源。泪水与喜悦，还是要落入俗套，最想说的一句话还是时光过得好快，七天的暑期实践活动就这样结束了。从开始时的喜悦与好奇到如今的怀念与不舍，种种感想在这短暂而又漫长的七天里，从我的心里飘过飘过，难以忘怀！这七天的暑期实践经历，我获得了很多，有友情，有经验。。。

暑假实践活动感悟篇五

今年七月十九号，我参加了由农业大学经济贸易学院组织的暑期“三下乡”社会实践活动，我们的营队名称是“扬青春风采、促进位赶超”。我们营队这次下去的主要活动内容是：宣传湖生态经济建设；同时做好关于土地流转、劳动力流转和“三农”问题的问卷调查；通过座谈等形式，了解乡镇基层党建现状及存在的困难；了解大学生村官以及“三支一扶”人员的工作情况；依靠多种渠道，获取“环湖生态经济区”建设的相关信息与数据；深入农村、走进农户、贴近农民，做到了解农民疾苦，真实的反映农村的现状，呼吁社会给予“留守老人”“留守儿童”足够的关注。

在为期一个星期的下乡过程中，给我感触最深的还是关于“留守儿童”和“空巢老人”的问题。我觉得自己了解到许多在课堂上无法了解到的事情，个人的心境也有了一些变化，或者说是有了一些提高。

这几天，我们每天都会下到不同的村子，去做一些调查问卷，和村民们进行交流沟通。我从小就很喜欢和别人沟通，我一直觉得和不同的人沟通，透过不同的人可以看到不同的是世

界。在村里的时候，我最多的就是和老人闲话家常，可以说每个队员应该最多的就是和老人沟通，这并不是我们有多喜欢和老人聊天，而是偌大的村里，几乎没有什么年轻人，年轻力壮的大都出去打工了。

村里的留守儿童和空巢老人的现象非常严重。这个情况在下乡之前，我们也是有做数据调查的工作的，多少是有些了解的，但是冰冷的数总是不及真实的画面更令人震撼。七八十岁的老汉，带着五六岁的孩童一起生活，这个画面没有给我温馨的家的感觉，倒是莫名的衍生出一种苦涩。

在我眼里，人的一生有两个时间段是最温馨最幸福的。一个是童年，而另一个则是晚年。在天真烂漫的童年里，可以无所事事，可以无所顾忌的去做一些你想做的……当然我并不是鼓励小孩子做什么坏事，只是觉得在孩童时代，总是可以放开的去玩耍，去嬉闹，因为在这个时候，你的父母会一直在你身后保护你。他们为孩子撑起了一片广阔的天。而在一个人的晚年，是在经历过了年轻时的风风雨雨，风光也好，落魄也好，晚年算是人生最后的避风港，儿女就是屋檐，理应为自己的父母遮风挡雨，让他们安心，安享晚年。

而对于村里那庞大的空巢老人的阵容，我更是辛酸。家有一老是个宝，但目前农村的状况，就是家有一老是根草，不仅没有在年老时享到儿女的福，还要替儿女照顾一堆小孩。当然，不可否认很多老人都是喜欢照顾小孩的，但这并不代表他们就很愿意在自身精力很有限的情况下把照顾孩子再一次的当成一份事业啊？也没有哪个孩子只想得到爷爷奶奶、外公外婆的爱，一般来说都是更渴望父母的爱吧！

在外面打工的儿女也很辛苦，我也是为人儿女，也是懂得那份心情的。想多赚一些钱，给自己的父母和小孩更好的生活环境。这是一份大家都有的孝心。但是否想到过，树欲静而风不止，子欲养而亲不待，这个世界上充满了未知，你永远不知道你在下一秒会失去些什么。也许有一天，你终于发达

了，你富有了，你衣锦还乡了，风光无限，你要来更好的履行你爱父母爱子女的义务了。可是父母已经变得太老了，老得再也无法和你好好说话，再也无法享受你给的一切……子女也已经长大了，早已不是想在你怀里撒娇的孩童了，他们也独立了，对你也只是陌生多过亲昵。终于，你有钱了，可是却再也买不回父母的时间，和孩子的童年。有些东西就是这样，错过了，失去了，就再也不会拥有了。

我在这里并不是责怪那些外出务工的年轻人，我只是想给他们提一个醒。我现在还没有接触过社会，我对于生活的艰辛一定不及他们了解，所以我是矛盾的。我一边想给他们提醒，一边又觉得他们其实很不容易。但不管是为了什么，或是有多么的无可奈何，都尽量多挤些时间来陪陪自己的父母和孩子，他们永远都是最珍贵的宝藏。我期待更多老人和孩子的笑脸！

在乡的这段时间里，“三支一扶”的人员也到了我们住的地方和我们进行了深入的座谈，其实也可以叫做聊天。来的是一位在乡卫生所支医的一位漂亮湖北姐姐，她也就比我们大三四岁的样子，就像学姐一般。她在乡已经两年了，再有两个月她的服务期就满了。我们都很敬佩她可以在这么艰苦的地方坚持两年。她和我们说，一开始也会有很多怨言，也会想不开，也会有想回去的时候。但是后来在这里看到这里的农民的辛苦，看到他们因为生病而难过的样子，再加上自己的生活目标的慢慢明确，心也就渐渐定下来了。我觉得她让我们学会很多，我们下乡7天的时间都会觉得这里艰苦，而她在乡生活了整整两年。她又不是当地人，语言上也不通，家人，男朋友都在深圳工作，并且也一直叫她到深圳工作。她可以说是顶着对家人的思念和家人对她的埋怨在这边为村民们工作。我觉得她的信念真的值得我们敬佩。一个人的精神境界永远不是看他有多少能耐，而是看他有没有把这些能耐最大化。